

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Berdasarkan Studi global melaporkan prevalensi kecemasan pre operasi mencapai 48% di antara 14.000 pasien bedah dengan faktor seperti kekhawatiran tentang tindakan anestesi umum dan ketakutan akan komplikasi pasca operasi (Friedrich *et al.*, 2022). Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2018, 50% pasien operasi elektif di dunia mengalami kecemasan pra-operasi (Livana *et al.*, 2020). Pada tahun 2019 WHO prevalensi kecemasan pre operasi dilaporkan mencapai 60-90% dengan total 534 juta pasien (Maulina *et al.*, 2023). Di Indonesia, terdapat 1,2 juta pasien operasi pada tahun 2020, dengan lebih dari 28% mengalami kecemasan pra-operasi (Livana *et al.*, 2020). Operasi dengan *general* anestesi sering menjadi momen yang menegangkan bagi pasien. Studi di Sri Lanka mencatat 40,6% pasien operasi ginekologi elektif mengalami kecemasan terkait anestesi umum (Gankanda *et al.*, 2021). Di RSUD Kabupaten Buleleng, pasien dengan anestesi umum memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi dibandingkan dengan anestesi spinal (Pratiwi, 2020). Penelitian lain melaporkan bahwa 42,7% pasien merasa cemas sebelum prosedur anestesi umum (ul Huda *et al.*, 2023).

Kecemasan pra anestesi merupakan reaksi emosional yang sering muncul akibat ketidakpastian hasil operasi, rasa cemas terhadap anestesi, dan ketakutan akan komplikasi. Pasien dengan kecemasan yang tinggi

memerlukan dosis peningkatan kebutuhan analgesik dan tingkat kepuasan pasca operasi yang lebih rendah (Bayrak *et al.*, 2019). Selain itu, kecemasan yang tinggi juga dikaitkan dengan peningkatan risiko mual pascaoperasi, kebutuhan rawat inap tambahan (Majumdar *et al.*, 2019). Kondisi kecemasan ini tidak hanya mempengaruhi kondisi psikologis pasien tetapi juga berimplikasi pada stabilitas fisiologis seperti peningkatan tekanan darah, denyut jantung, serta kadar hormon stres seperti kortisol, yang dapat memperburuk hasil klinis pasca-operasi (Nuwa & Kiik, 2020). sehingga kondisi ini dapat berbahaya bagi pasien dan mungkin memerlukan pembatalan atau penundaan operasi (Sutri *et al.*, 2024).

Standar Operasional Prosedur (SOP) pre operasi adalah prosedur standar operasional yang dilakukan untuk mempersiapkan pasien secara pemeriksaan medis, pemeriksaan fisik, pemeriksaan psikologis, pemberian informasi dan administratif sebelum menjalani operasi. Tingginya tingkat kecemasan pra-operasi di Indonesia sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk implementasi SOP pre operasi yang belum sepenuhnya optimal. Salah satu elemen penting dalam SOP pre operasi adalah penyampaian informasi yang jelas. Komunikasi jelas dan kesempatan bagi pasien untuk bertanya sangat penting untuk mengurangi kecemasan, namun jika komunikasi dilakukan secara terburu-buru atau tanpa kesempatan bagi pasien untuk bertanya, hal ini dapat menimbulkan kebingungan dan meningkatkan kecemasan (Ristatnti *et al.*, 2020). Selain

itu, pemberian informed consent juga berperan besar, namun jika pelaksanaannya hanya bersifat formalitas tanpa memastikan pemahaman pasien, tingkat kecemasan tetap tinggi (Maulina *et al.*, 2023). Meskipun SOP dirancang untuk menjamin kelancaran proses, efektivitasnya bergantung pada penerapan di lapangan, yang sering terkendala oleh keterbatasan waktu, beban kerja, dan kurangnya pelatihan tenaga medis sehingga berkontribusi pada cNamun hasil sangat tergantung pada partisipasi aktif dan tingkat kenyamanan pasien dengan metode non farmakologi tersebut (Poli & Wetik, 2020).

Teknik relaksasi merupakan salah satu intervensi keperawatan sebagai metode komplementer, diantaranya yaitu teknik nafas dalam, relaksasi otot progresif, *guided imagery*, relaksasi benson, dll. Relaksasi yang dilakukan dapat membuat otot rileks dan pasien dapat mengalihkan perhatian cemasnya kepada kegiatan relaksasi yang dilakukan. Ketika tubuh dalam keadaan rileks maka akan terjadi penurunan pada hormon kortisol serta adrenalin. Selain itu terjadi peningkatan di hormon serotonin dan endorphin. Peningkatan hormon ini mempengaruhi respon fisiologis berupa penurunan denyut jantung, menurunkan gelisah, dan membuat pasien lebih tenang (Talitha & Relawati, 2023).

Relaksasi nafas dalam merupakan teknik non-farmakologi yang ditentukan dapat mengurangi rasa cemas pasien pre operasi. Relaksasi nafas dalam adalah teknik untuk bernapas terhadap abdomen yang memiliki frekuensi yang perlahan-lahan, memiliki irama, serta nyaman

saat menarik nafas dan relaksasi ini dapat menyebabkan distraksi atau pengalihan perhatian (Suryanah *et al.*, 2024). Teknik relaksasi nafas dalam dapat meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan (Zakia *et al.*, 2024). Relaksasi napas dalam juga akan mengaktifkan kerja saraf parasimpatis, teknik relaksasi nafas dalam dapat memberikan ketenangan pikiran akibat adanya perubahan saraf parasimpatis akibat rangsangan saraf vagus (Triwahyuni *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rokawie *et al.*, 2017) tentang Pengaruh Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi Bedah Abdomen mendapatkan hasil tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen sebelum diberikan terapi relaksasi nafas dalam mempunyai rata-rata skor indeks kecemasan 54,59, sedangkan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi bedah abdomen setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam mempunyai rata-rata skor indeks kecemasan 49,56. Nilai perbedaan mean antara kecemasan sebelum dan sesudah diberikan tindakan relaksasi nafas dalam adalah 5,03.

*Guided imagery* merupakan relaksasi membayangkan atau mengimajinasikan tempat dan kejadian yang menghubungkan pada perasaan yang menyenangkan. Relaksasi tersebut juga merangsang hormon endorphin sehingga akan melakukan blocking atau menggantikan ketegangan otot dan ketidaknyamanan yang dirasakan (Yeni., 2024). *Guided imagery* merupakan intervensi pikiran-tubuh yang menggunakan

imajinasi dan mental pasien untuk membentuk gambaran mental dari suatu objek, tempat, peristiwa, atau situasi yang dirasakan melalui indra. Ini dianggap sebagai teknik relaksasi yang berfokus pada interaksi antara otak, pikiran, tubuh, dan perilaku. Pasien diinstruksikan untuk fokus pada gambar yang menyenangkan untuk menggantikan perasaan negatif atau stres. *Guided imagery* dapat diarahkan sendiri, dilakukan oleh seorang profesional atau dengan rekaman (Felix *et al.*, 2018).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti, 2019 dalam (Saputri *et al.*, 2022) setelah dilakukan teknik relaksasi *guided imagery*, tingkat kecemasan pada pasien pre operasi mengalami penurunan yang signifikan. Rata-rata kecemasan responden sebelum dilakukan teknik *guided imagery* sebesar 25,67 menjadi 18,93 setelah dilakukan teknik relaksasi *guided imagery*. Hasil pengujian hipotesis ( $p < 0,05$ ) membuktikan teknik relaksasi *guided imagery* secara signifikan mampu menurunkan tingkat kecemasan pasien. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *guided imagery* efektif dalam menurunkan kecemasan baik pada anak-anak maupun orang dewasa, serta mempercepat pemulihan pasca operasi (Álvarez-García & Yaban, 2020). *Guided imagery* memiliki manfaat dalam membantu mengurangi stres, kecemasan, dan juga dapat meredakan rasa sakit karena *guided imagery* mampu mengaktifkan sistem saraf parasimpatis (Sanjaya & Puspita, 2024).

Pemberian relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* sebagai terapi non farmakologis perlu dipertimbangkan untuk mengurangi tingkat

kecemasan pasien pre operasi karena relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* merupakan terapi yang membuat responden merasa rileks dan tenang, meningkatkan produksi endorfin alami, tidak menimbulkan efek samping dan mudah untuk diaplikasikan (Sanjaya & Puspita, 2024). Kombinasi terapi relaksasi nafas dalam dan *guided imagery* dapat menjadi perpaduan yang efektif untuk menurunkan kecemasan, karena efek dari masing-masing terapi saling melengkapi (Annisya, 2024).

Berdasarkan hasil studi penelitian di IBS RSUD Kota Bandung di bulan Oktober-Desember 2024 didapatkan rata-rata perbulan jumlah pasien operasi yang menggunakan *general* anestesi sebanyak 140 pasien. Dari pengalaman peneliti berinteraksi dengan pasien pre operasi, mereka mengatakan takut dan cemas terhadap proses pembedahan dan pembiusan yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan denyut nadi. Intervensi farmakologis yang dilakukan oleh penata anestesi kepada pasien yang mengalami kecemasan adalah memberikan injeksi intravena obat anti kecemasan yaitu Midazolam sesuai dosis berat badan dan usia. Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik untuk meneliti perbandingan kombinasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut : “Apakah terdapat perbedaan tingkat kecemasan pasien pre operasi sebelum dan sesudah dilakukan

intervensi relaksasi nafas dalam, *guided imagery*, dan kombinasi relaksasi nafas dalam dan *guided imagery* di RSUD Kota Bandung?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Diketahui perbandingan efektivitas kombinasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden pre operasi dengan *general* anestesi di RSUD Kota Bandung.
- b. Diketahui tingkat kecemasan pada responden pre operasi dengan *general* anestesi sebelum dan setelah intervensi pada setiap kelompok.
- c. Diketahui perbedaan tingkat kecemasan pada pasien pre operasi dengan *general* anestesi antara ketiga kelompok.

### **D. Ruang Lingkup**

Ruang lingkup penelitian ini mencakup bidang keperawatan anestesiologi pada fase pre operasi, hal ini untuk mengetahui perbandingan kombinasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi di RSUD Kota Bandung.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi sebagai pengembangan ilmu mengenai intervensi kombinasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi dengan *general* anestesi.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan serta wawasan peneliti berkaitan dengan manajemen kecemasan pre operasi dengan *general* anestesi.

#### b. Bagi RSUD Kota Bandung

Dapat digunakan sebagai Prosedur Operasi Standar (SOP) untuk intervensi keperawatan yang bertujuan menurunkan kecemasan pada pasien pre operasi dengan anestesi umum.

#### c. Bagi Institusi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Sebagai referensi yang berhubungan dengan perbandingan kombinasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery* terhadap penurunan kecemasan pre operasi dengan *general* anestesi.

#### d. Bagi Penata Anestesi

Dapat digunakan sebagai acuan untuk menurunkan kecemasan pre operasi dengan terapi non farmakologi

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai pedoman atau bahan referensi dalam melaksanakan penelitian pengembangan terkait kecemasan pada pasien pre operasi dengan *general* anestesi.

**F. Keaslian penelitian**

1. (Hamarno *et al.*, 2024), dengan judul “Manfaat Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi *General* Anestesi”. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rencana *quasi eskperimen* dan pendekatan desain Non-Equivalent Group Pre dan Post Test. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sebanyak 20 responden. Kecemasan pre operasi diukur dengan The Amsterdam Preoperative Anxiety and Information Scale (APAIS). Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan perlakuan relaksasi napas dalam, kelompok menunjukkan tingkat kecemasan sedang dengan nilai rata-rata 18,80. Setelah perlakuan, tingkat kecemasan masih berada pada kategori sedang tetapi turun ke nilai rata-rata 14,80 yang menunjukkan bahwa relaksasi napas dalam memiliki dampak signifikan dalam mengurangi kecemasan pada pasien yang akan menjalani operasi dengan anestesi umum. Persamaan penelitian terletak pada jenis penelitian, metode penelitian, variabel terikat, variabel bebas dan instrumen penelitian. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu desain penelitian dan teknik

pengambilan sampel serta penelitian yang akan dilakukan mengkombinasikan relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery*.

2. (Afifah, 2019), dengan judul “Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Fraktur Femur”. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *Quasi Expreiment* dengan *pre test and post test Nonequivalent control group*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling* sebanyak 30 responden. Hasil penelitian Diperoleh nilai  $P = 0,000$  artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian teknik relaksasi nafas dalam terhadap tingkat kecemasan pasien pre operasi fraktur femur. Persamaan penelitian terletak pada jenis penelitian, metode penelitian variabel bebasnya yaitu relaksasi nafas dalam. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu desain penelitian, teknik pengambilan sampel dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Amsterdam Preoperatif Anxiety and Information Scale (APAIS)* serta penelitian yang akan dilakukan mengkombinasikan relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery*.
3. (Mirah, 2020), dengan judul “Pengaruh Pemberian Teknik Relaksasi *Guided imagery* Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea Di RSUD dr. R. Soedjono Selong”. Penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimental* dan desain penelitian *one group pre-test & post test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 31 responden. Pengumpulan data tingkat

kecemasan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scales 21* (DASS-21). Berdasarkan hasil *uji wilcoxon* diperoleh nilai  $p$  value = 0,000, hasil ini menunjukkan bahwa  $p$  Value  $< \alpha$  ( $0.000 < 0,05$ ), artinya  $H_0$  diterima maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian teknik relaksasi *guided imagery* terhadap tingkat kecemasan pada pasien pre operasi *sectio caesarea*. Persamaan dari penelitian ini adalah variabel bebasnya yaitu *Guided imagery*. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu jenis penelitian, desain penelitian, teknik pengambilan sampel dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Amsterdam Preoperatif Anxiety and Information Scale* (APAIS) serta penelitian yang akan dilakukan mengombinasikan relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery*.

4. (Vagnoli *et al.*, 2019), dengan judul “*Relaxation-guided imagery reduces perioperative anxiety and pain in children*”. Metode penelitian yang digunakan dalam jurnal tersebut adalah quasy eksperimen. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *randomized controlled trial* (RCT). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah randomisasi, di mana anak-anak yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dibagi secara acak ke dalam dua kelompok. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 60 responden berusia 6-12 tahun, kecemasan pre operasi diukur menggunakan *Modified Yale Preoperative Anxiety Scale* (*m-YPAS*). Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang

signifikan secara statistik antar kelompok, dengan lebih sedikit kecemasan dan lebih sedikit rasa nyeri untuk anak-anak yang termasuk dalam kelompok eksperimen ( $p < 0,001$  ;  $p < 0,001$ ). Persamaan dengan penelitian yaitu metode penelitian, jenis penelitian dan variabel bebasnya yaitu *Guided imagery*. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu desain penelitian, teknik pengambilan sampel dan menggunakan kuesioner *Amsterdam Preoperatif Anxiety and Information Scale* (APAIS) serta penelitian yang akan dilakukan mengkombinasikan relaksasi relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery*.

5. (Mulki & Sunarjo, 2020), dengan judul “*Effectiveness of Deep Breath Relaxation Techniques and Music Therapy on Reducing Anxiety Level among Pre-operative Patients*”. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rencana *quasi eksperimen* dan pendekatan desain pre-test and post-test with the non-equivalent control group. Teknik pengambil sampel menggunakan consecutive sampling sebanyak 42 sampel. Tingkat kecemasan diukur dengan menggunakan instrumen kuesioner *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI). Hasil penelitian Uji t independen menunjukkan perbedaan yang signifikan  $p\text{-value} = 0,000$ , bahwa kelompok intervensi lebih baik dalam menurunkan tingkat kecemasan dibandingkan kelompok kontrol. Ditemukan bahwa perbedaan rata-rata tingkat kecemasan pada intervensi adalah 16,41 dengan  $p = 0,000$ , sedangkan perbedaan rata-

rata tingkat kecemasan kontrol adalah 6,38 dan  $p = 0,000$ . Sebagai kesimpulan, teknik relaksasi napas dalam dan terapi musik efektif menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pra operasi. Persamaan dengan penelitian yaitu metode penelitian, jenis penelitian, teknik sampling dan variabel bebasnya yaitu *Deep breath*. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan yaitu desain penelitian dan menggunakan kuesioner *Amsterdam Preoperatif Anxiety and Information Scale (APAIS)* serta penelitian yang akan dilakukan mengkombinasikan relaksasi Nafas Dalam dan *Guided imagery*.